

# Cuidadores principales de pacientes con Alzheimer: Actuaciones de enfermería encaminadas a mejorar su vida

**Autores:** Martínez Martínez, Pedro Jesús (Diplomado en enfermería. Master en Cuidados Especializados de Enfermería de Urgencias, Áreas de Pacientes Críticos y Postanestesia. Técnico Superior en Imagen para el Diagnóstico. Técnico Superior en Prevención de Riesgos Laborales); Alzate Narváez, María Teresa (Diplomado en enfermería, Enfermera).

**Público:** Profesionales de enfermería y de la Salud. **Materia:** Ciencias de la Salud. **Idioma:** Español.

**Título:** Cuidadores principales de pacientes con Alzheimer: Actuaciones de enfermería encaminadas a mejorar su vida.

## Resumen

La enfermedad de Alzheimer se incluye dentro del grupo de enfermedades neurodegenerativas y progresivas que causan dependencia en los pacientes que la sobrellevan. Esto no solo afecta al paciente en sí, sino también al entorno que lo rodea. La enfermedad de Alzheimer produce, en el cuidador principal, un desequilibrio tanto físico, como psíquico como social que es necesario solventarlo. Las medidas encaminadas a mejorar su vida se centran en: Dar apoyo, sistema "Baluchon Alzheimer" y establecer una serie de programas educativos y de ayuda que faciliten la liberación de estos cuidadores.

**Palabras clave:** Enfermedad de Alzheimer, cuidador, cuidador principal, demencia, enfermería.

**Title:** Primary caregivers of Alzheimer's patients: nursing actions aimed at improving their living conditions.

## Abstract

Alzheimer's is included in the group of progressive neurodegenerative diseases leading to a high dependency in its patients, which not only affects them but also their environment. Alzheimer's disease causes a physical, psychological and social imbalance in the caregiver which needs to be solved. The measures aimed at improving their life conditions are focused on: providing support, Baluchon Alzheimer system, and establishing educational and assistance programmes which may lead to a relief in caregiving burden.

**Keywords:** Alzheimer's disease, caregiver, primary caregiver, dementia, nursing.

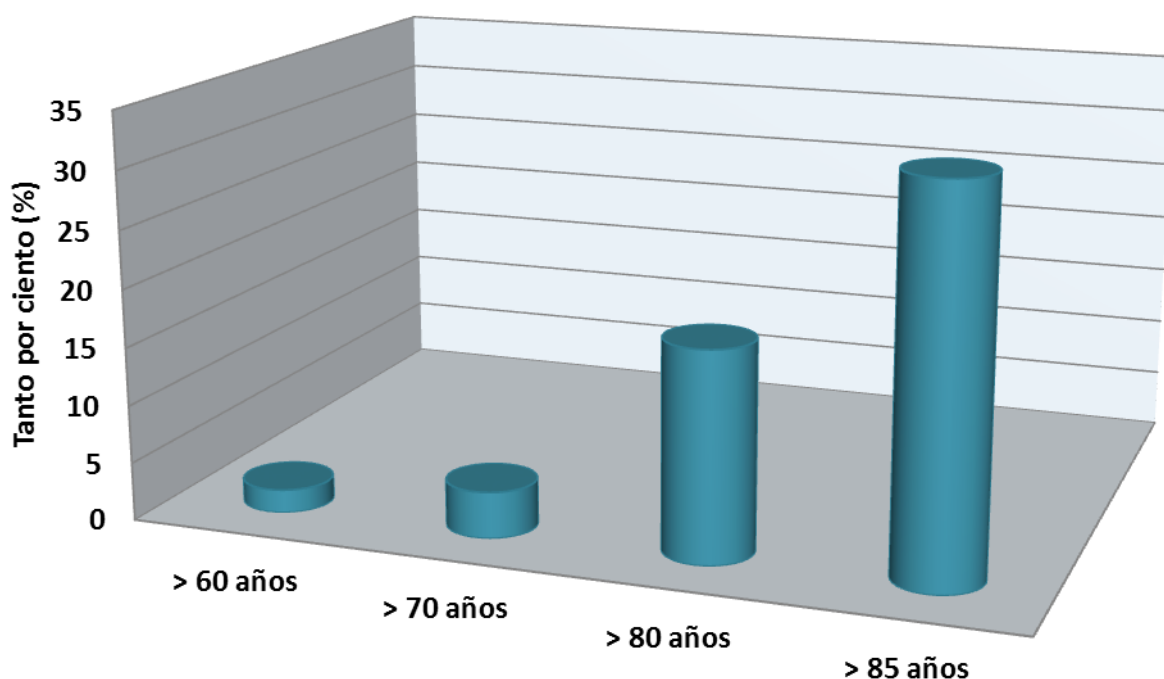
Recibido 2018-03-15; Aceptado 2018-04-06; Publicado 2018-04-25; Código PD: 094082

## INTRODUCCIÓN

La enfermedad de Alzheimer es una patología compleja con tendencia hereditaria que se caracteriza por presentar, en el cerebro, placas de degeneración neurofibrilar y placas seniles asociadas a destrucción de neuronas y sinapsis nerviosas. Esta se incluye dentro del grupo de enfermedades neurodegenerativas y progresivas que causan dependencia en los pacientes que la sobrellevan. Esto no solo afecta al paciente en sí, sino también a la familia y al entorno que lo rodea, produciendo, en este entorno, un deterioro físico, psicológico y social elevado.

La enfermedad de Alzheimer es la principal causa de demencia entre los adultos de edad avanzada. La incidencia aumenta con la edad, afectando al 1-2% de las persona mayores de 60 años, al 3-5% de los sujetos mayores de 70 años, al 15-20% de los individuos mayores de 80 años y al 33% de los ancianos mayores de 85 años (Figura 1). Diversos estudios constatan que en Europa viven 6 millones de personas con Alzheimer, de ellas, la mayoría viven en su propio domicilio a cargo de su entorno familiar.

**Figura 1. Incidencia de la enfermedad de Alzheimer según la edad**



*Datos obtenidos del estudio sobre las enfermedades neurodegenerativas en España y su impacto económico y social publicado por la Universidad Complutense de Madrid en 2016*

La Confederación Española de Asociaciones de Familiares de Personas con Alzheimer realizó un estudio en España en el que se constató que el 94% de los pacientes con Alzheimer eran cuidados por familiares. El mismo trabajo establece que el 69% de los españoles consideran normal que esta responsabilidad recaiga sobre los familiares.

Los cuidados a esta tipo de pacientes suele recaer en una persona (esposo, esposa, hija,...) denominada cuidador principal (CP). El tiempo, que este CP, dedica a estos pacientes con Alzheimer es continuo y va acrecentándose a medida que la enfermedad progresa. Estos pacientes necesitan ayuda para las actividades de la vida diarias tales como son usar el baño, vestirse, bañarse, alimentarse,... pero además necesitan recibir comprensión, apoyo, afecto y cariño de las personas que la rodean; especialmente de los CP.

Los CP, durante el periodo de cuidado a los pacientes con Alzheimer, se ven expuestos a una serie de problemas debido al sobreesfuerzo al que están sometidos, estos son:

- Físicos: trastornos del sueño, dolores articulares, fatiga, consumo de más medicamentos, dolores de cabeza, úlceras gastroduodenales, niveles altos de hormonas, debilitamiento del sistema inmunitario, etc.
- Psicológicos: Estrés, ansiedad, depresión, aprensión, tristeza, sentimiento de culpa, de desesperanza, de indefensión, etc. Son personas sometidas a un riesgo afectivo y psicosocial muy alto.
- Laborales: Pérdida de puesto de trabajo, retrasos, ausencias, estrés laboral, dificultad para prosperar en el puesto de trabajo, etc.

- Económicos: El apoyo a este tipo de pacientes y los riesgos laborales asociados conllevan una disminución en los ingresos económicos y un aumento de los gastos; pudiendo producir todo esto un quebranto económico importante en la unidad familiar y por ello una desestabilización de la estructura familiar.

## OBJETIVO

Dar a conocer las actuaciones que los profesionales de enfermería deben realizar para garantizar una vida normal y saludable a los cuidadores de pacientes con Alzheimer.

## MÉTODO

Realización de una búsqueda bibliográfica en las principales bases de datos biosanitarias (Cochrane Library, Medline, Cuiden-plus, Google Académico, Scopus y Latindex), durante el período comprendido entre los años 2014 y 2017. Se usaron como descriptores: enfermedad de Alzheimer, cuidador, cuidador principal, demencia y enfermería, tono en inglés, como español y portugués. Dicha búsqueda dio como resultado la obtención de una serie de artículos y documentos científicos donde se constata las intervenciones que los profesionales de enfermería llevan a cabo para asegurar que los cuidadores principales de pacientes con Alzheimer lleven una vida lo más normal posible e integrados socialmente.

## RESULTADOS

Esta frecuentemente tiene que alterar de forma radical su ritmo de vida y limitar su actividad social. Para evitar esto los profesionales de enfermería deben desarrollar las siguientes actividades:

- ❖ Ayuda directa al CP en el cuidado diario del paciente.
- ❖ Establecer programas que permita al CP disponer de tiempo libre como buscar un sustituto durante ciertas horas, Centros de día, etc.
- ❖ Instaurar programas psicoeducativos, donde se forma en habilidades y estrategias para poder afrontar los efectos de los cuidados dados al paciente.
- ❖ Implantar programas psicoterapéuticos dirigidos a establecer una relación terapéutica especial con el CP para dinamizar el tiempo del cuidado y que se realice este de forma adecuada.
- ❖ Inclusión en grupos de autoayuda, mediante el establecimiento de grupos cohesionados donde se intercambian consejos y ayuda entre CP y profesionales y se apoyan entre sí.
- ❖ Establecimiento de un cuidador profesional mediante el sistema “Baluchon Alzheimer” o “Mochila Alzheimer”. Este modelo se centra en dar apoyo y respiro al CP mediante la intervención, en el domicilio durante 24 horas al día y varios días en semana, de un cuidador profesional que este correctamente capacitado y sea voluntario.

## DISCUSIÓN

Los diversos estudios y tratados analizados constatan que la atención y cuidado de los pacientes con Alzheimer es muy absorbentes para el CP y todo su entorno por ello se deben engranar planes y programas que faciliten la liberación de estas personas tanto física como psicológicamente.

## Bibliografía

- Ho, L., Bloom, P. A., Vega, J. G., Yemul, S., Zhao, W., Ward, L., ... & Pasinetti, G. M. (2016). Biomarkers of Resilience in Stress Reduction for Caregivers of Alzheimer's Patients. *Neuromolecular medicine*, 18(2), 177-189.
- Leite, M. K. F. D. (2017). Contextualização de Alzheimer e os desafios para os cuidadores de idosos: Revisão integrativa.
- Guarino, J., Guarino, N., Koch, J., & Beams, E. (2016). Survey of Patient and Caregiver Understanding of Alzheimer's Disease. *Journal of the American Geriatrics Society*, 64, S69.
- Garcés, M. (2016). Estudio sobre las enfermedades neurodegenerativas en España y su impacto económico y social. Universidad Complutense y Estudio Neuroalianza, Madrid.
- Viale, M., González Palau, F., Cáceres, M., Pruvost, M., Miranda, A. L., & Rimoldi, M. F. (2016). Programas de intervención para el manejo del estrés de cuidadores de pacientes con demencia. *Revista Neuropsicología Latinoamericana*, 8(1).
- Pérez Perdomo, Marta. (2008). Las intervenciones dirigidas a los cuidadores de adultos mayores con enfermedad de Alzheimer. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 7(3).
- Prince, M., Wimo, A., Guerchet, M., Ali, G., Wu, Y., & Prina, M. (2015). Informe Mundial sobre el Alzheimer 2015. Las consecuencias de la demencia análisis de prevalencia, incidencia, coste y tendencias. Londres: Alzheimer's Disease International.